

MENYAKSIKAN(Witnessing) MENUJU NO-MIND(Tanpa Pemikiran)

Posted by [Osho Indonesia](#) | Jun 6, 2017 | [Meditation](#), [Questions and Answers](#) | [1](#) |



PERTANYAAN :

Bagaimana menyaksikan dapat menuntun ke no-mind(tanpa-pemikiran)? aku lebih dan lebih mudah menyaksikan tubuhku, pikiran dan perasaan ku dan ini adalah sesuatu yang indah. Tapi momen dari tanpa pikiran adalah sedikit dan jauh dari ketika aku mendengar engkau mengatakan “meditasi adalah menyaksikan,” aku merasa aku memahami. Tapi ketika engkau berbicara tentang no-mind, kelihatannya tidak mudah sama sekali. Bisakah engkau memberikan komentarmu?

JAWABAN OSHO :

Prem Anubuddha(Penanya), meditasi mencakup perjalanan/ziarah yang sangat panjang. Saat aku mengatakan “meditasi adalah menyaksikan”, itu adalah awal meditasi. Dan ketika aku mengatakan “meditasi adalah no-mind(tidak adanya pemikiran),” itu adalah selesainya perjalanan. Menyaksikan adalah awal, dan no-mind(tidak adanya pemikiran) adalah pemenuhan. Menyaksikan adalah metode untuk mencapai no-mind. Tentu engkau akan merasa menyaksikan lebih mudah. Itu dekat denganmu.

Tapi menyaksikan hanya seperti benih, dan kemudian ada masa tunggu yang lama. Tidak hanya menunggu, tapi percaya bahwa benih ini akan tumbuh, bahwa itu akan menjadi semak belukar; Suatu hari nanti musim semi akan datang dan semak-semak akan memiliki bunga. No-mind adalah tahap terakhir dari pembungaan.

Menabur benih tentu saja sangat mudah; Itu ada di tanganmu Tapi membawa bunga itu di luar jangkauanmu.

Engkau bisa menyiapkan seluruh tanah, tapi bunga-bunga akan datang sesuai dengan keinginan mereka sendiri; engkau tidak bisa memaksa mereka untuk datang. Musim semi berada di luar jangkauan mu- tetapi jika persiapanmu sempurna, musim semi datang; Hal itu benar-benar dijamin

Sudah baik, cara mu bergerak. Menyaksikan adalah jalan dan engkau mulai merasa sesekali sesaat tanpa adanya pikiran. Ini adalah sekilas akan no-mind ... tapi sesaat saja.

Ingatlah satu hukum dasar: apa yang bisa ada hanya satu momen bisa juga menjadi abadi. Engkau tidak diberi dua momen bersamaan, tapi selalu satu momen. Dan jika engkau bisa

mentransformasikan satu momen menjadi keadaan tanpa adanya pikiran, engkau sedang mempelajari rahasia terbesar.

Maka tidak ada halangan, tidak ada alasan mengapa engkau tidak bisa mengubah momen kedua, yang juga akan datang sendiri, dengan potensi dan kapasitas yang sama. Jika engkau tahu rahasianya, engkau memiliki kunci utama yang bisa membuka setiap saat menjadi sekilas akan no-mind (tidak adanya pemikiran). No-mind adalah tahap akhir, ketika pikiran hilang selamanya dan celah pikiran menjadi kenyataan intrinsikmu.

Jika beberapa sekilas padangan ini datang, mereka menunjukkan bahwa engkau berada di jalur yang benar dan engkau menggunakan metode yang benar. Tapi janganlah menjadi tidak sabar. Semesta membutuhkan kesabaran yang luar biasa. Misteri-misteri utama hanya dibuka bagi mereka yang memiliki kesabaran yang luar biasa.

Anubuddha, engkau mengatakan “Bagaimana cara menyaksikan menuju no-mind?” Ada hukum intrinsik: pikiran-pikiran (thoughts) tidak memiliki kehidupan mereka sendiri. Mereka adalah parasit; Mereka tinggal akan identifikasimu dengan mereka. Bila engkau berkata, “Aku marah,” Engkau menuangkan energi ke dalam kemarahan, karena engkau melekat dengan kemarahan.

Tapi ketika engkau berkata, “Aku melihat kemarahan yang menyala di layar pemikiran di dalam diriku” Engkau tidak lagi memberikan kehidupan, energi untuk kemarahan. Engkau akan dapat melihatnya karena engkau tidak melekat, kemarahan benar-benar impoten, tidak berdampak padamu, tidak mengubahmu, tidak mempengaruhi. Hal itu benar-benar kosong dan mati. Hal itu akan berlalu dan akan meninggalkan langit dengan bersih dan layar dari pemikiran yang kosong.

Perlahan-lahan engkau mulai keluar dari pikiran-pikiranmu. Itulah keseluruhan proses menyaksikan dan melihat. Dengan kata lain – identifikasi – engkau tidak lagi melekat dengan pikiranmu. Engkau hanya berdiri menyendiri dan menjauh – acuh tak acuh, seolah-olah mereka bisa saja pikiran dari orang lain.

Engkau telah memutuskan hubunganmu dengan pikiran-pikiran itu. Hanya dengan begitu engkau bisa menyaksikannya.

Menyaksikan membutuhkan jarak tertentu. Jika engkau teridentifikasi, tidak ada jarak, mereka terlalu dekat. Ini adalah seperti jika engkau meletakkan cermin terlalu dekat dengan matamu: engkau tidak dapat melihat wajahmu. Sebuah jarak tertentu dibutuhkan; Hanya dengan begitu engkau bisa melihat wajahmu di cermin.

Jika pikiran-pikiran terlalu dekat denganmu, engkau tidak bisa menyaksikannya. Engkau menjadi terkesan dan diwarnai oleh pikiran-pikiranmu: kemarahan membuat engkau marah, keserakahan membuat engkau serakah, nafsu membuat engkau bernafsu, karena tidak ada jarak sama sekali. Mereka begitu dekat sehingga engkau pasti berpikir bahwa engkau dan pikiran-pikiranmu adalah satu.

Menyaksikan menghancurkan kesatuan ini dan menciptakan pemisahan. Semakin banyak engkau menyaksikan, semakin besar jaraknya. Semakin besar jaraknya, semakin sedikit energi yang didapat pikiranmu darimu.

Dan mereka tidak memiliki sumber energi lain. Segera mereka mulai sekarat, menghilang. Dalam hal ini, engkau akan memiliki pandangan sekilas akan No-Mind.

Itulah yang engkau alami. Engkau berkata, “Aku lebih dan lebih mampu melihat tubuh, pikiran dan perasaanku, dan ini terasa indah.” Ini baru permulaan. Bahkan awalnya sangat indah – hanya untuk berada di jalan yang benar, bahkan tanpa mengambil satu langkah pun, akan memberimu kegembiraan yang luar biasa tanpa alasan sama sekali.

Dan begitu engkau mulai bergerak di jalan yang benar, kebahagiaanmu, pengalaman indahmu akan menjadi semakin dalam, semakin lebar, dengan nuansa baru, dengan bunga baru, dengan wewangian baru.

Engkau berkata, “Tapi saat-saat tanpa pikiran sedikit banyak dan jauh.” Ini adalah prestasi besar, karena orang tidak tahu bahkan ada gap tunggal. Pikiran mereka selalu dalam jam sibuk, pikiran demi pikiran mereka terus berlanjut, apakah engkau sudah bangun atau tidur. Apa yang engkau inginkan dari mimpimu hanyalah pikiran dalam bentuk gambar ... karena alam bawah sadar tidak mengenal bahasa alfabetis. Tidak ada sekolah, tidak ada lembaga pelatihan yang mengajarkan bahasa tak sadar.

Anubuddha, apa yang engkau rasakan adalah indikasi yang baik bahwa engkau berada di jalan yang benar. Selalu menjadi pertanyaan bagi para pencari apakah dia bergerak ke arah yang benar atau tidak. Tidak ada keamanan, tidak ada asuransi, tidak ada jaminan. Semua dimensi terbuka; Bagaimana engkau akan memilih yang benar?

Inilah cara dan kriteria bagaimana seseorang harus memilih. Jika engkau bergerak di jalan manapun, setiap metodologi dan hal itu membawa kegembiraan bagimu, lebih sensitif, lebih waspada dan memberi perasaan bahagia – itulah satu-satunya kriteria bahwa engkau berada di jalur yang benar. Jika engkau menjadi malas, lebih marah, lebih egois, lebih serakah, lebih bernaflu – itu adalah indikasi bahwa engkau bergerak ke jalur yang salah.

Di jalan yang benar, kebahagiaanmu akan tumbuh semakin banyak setiap hari, dan pengalamanmu akan perasaan indah akan menjadi warna psychedelic, warna-warni yang lebih mencolok yang tidak pernah engkau lihat di dunia, wewangian yang belum pernah engkau alami di dunia. Kemudian engkau bisa berjalan di jalan pencari tanpa rasa takut bahwa engkau bisa salah.

Pengalaman batin ini akan membuatmu selalu berada di jalan yang benar. Ingatlah bahwa jika mereka bertumbuh, itu berarti engkau bergerak. Sekarang engkau hanya memiliki beberapa saat tanpa adanya pikiran...

Ini bukan pencapaian sederhana; Ini adalah prestasi besar, karena orang-orang di sepanjang hidup mereka tahu tidak sedikit saat ketika tidak ada pemikiran. Gap/Jarak akan tumbuh.

Karena engkau akan menjadi semakin terpusat, lebih dan lebih waspada, Gap ini akan mulai tumbuh dengan sukses. Dan hari itu tidak jauh – jika engkau terus bergerak tanpa melihat ke belakang, tanpa tersesat – jika engkau terus berjalan lurus, hari tidak jauh ketika engkau akan merasakan untuk pertama kalinya Gap itu menjadi begitu besar sehingga berjam-jam berlalu dan bahkan tidak ada satu pun pikiran pun muncul.

Sekarang engkau memiliki pengalaman yang lebih besar akan No-Mind((tidak adanya pemikiran).

Prestasi utamanya adalah ketika dua puluh empat jam sehari engkau dikelilingi tanpa No-Mind.

Itu tidak berarti bahwa engkau tidak dapat menggunakan pemikiranmu; Itu adalah kekeliruan yang dikemukakan oleh mereka yang mengetahui tentang No-Mind. No-Mind tidak berarti bahwa engkau tidak dapat menggunakan pemikiran; Itu hanya berarti bahwa pemikiran tidak dapat menggunakanmu.

No-Mind tidak berarti bahwa pemikiran dihancurkan. No-Mind berarti pemikiran dikesampingkan terlebih dahulu. Engkau bisa menggunakannya setiap saat engkau perlu berkomunikasi dengan dunia.

Itu akan menjadi hambamu. Sekarang ini tuanmu Bahkan saat engkau duduk sendiri, terus berlanjut, yakkety-yak, yakkety-yak – dan engkau tidak dapat melakukan apapun, engkau benar-benar tidak berdaya.

No-Mind berarti pemikiran telah diletakkan di tempat yang tepat. Sebagai seorang pelayan, itu adalah sebuah instrumen yang bagus; Sebagai master, sangat disayangkan. Itu berbahaya. Itu akan menghancurkan seluruh hidupmu.

Pemikiran hanya media saat engkau ingin berkomunikasi dengan orang lain. Tapi saat engkau sendiri, tidak perlu adanya pemikiran. Jadi kapan pun engkau ingin menggunakannya, engkau bisa menggunakannya.

Dan ingat satu hal lagi: ketika pemikiran tetap diam selama berjam-jam, dia menjadi segar, muda, lebih kreatif, lebih sensitif, diperbaharui melalui istirahat.

Meditasi pasti mengarah ke no-mind, sama seperti setiap sungai bergerak menuju Samudra tanpa peta, tanpa pemandu. Setiap sungai tanpa terkecuali akhirnya sampai ke Samudra. Setiap meditasi, tanpa kecuali akhirnya mencapai keadaan No-Mind.

Tapi tentu saja, ketika Sungai Gangga berada di pegunungan Himalaya mengembara di pegunungan dan di lembah, ia tidak tahu apa samudera itu, tidak dapat membayangkan keberadaan Samudra – tapi ia bergerak ke samudra, karena air memiliki kapasitas intrinsik. Selalu menemukan tempat terendah.

Dan Samudra adalah tempat terendah ... jadi sungai lahir di puncak pegunungan Himalaya dan mulai bergerak cepat menuju ruang bawah, dan akhirnya mereka pasti menemukan samudra.

Justru sebaliknya adalah proses meditasi: ia bergerak ke atas ke puncak yang lebih tinggi, dan puncak yang terinti adalah No-Mind. No-Mind adalah kata yang sederhana, tapi itu persis berarti pencerahan, pembebasan, kebebasan dari semua perbudakan, pengalaman tanpa kematian dan keabadian.

Itu adalah kata-kata besar dan aku tidak ingin engkau takut, jadi aku menggunakan kata sederhana, no-mind. Engkau mengetahui pemikiran ... engkau dapat memahami sebuah keadaan ketika pemikiran ini tidak akan berfungsi.

OSHO- Satyam Shivam Sundaram: Truth Godliness Beauty
Bab 7 "The Mind"